

ÉTKEZÉSI MOTIVÁCIÓK MÉRÉSE ÉS NEMI KÜLÖNBSÉGEI SERDÜLŐK KÖRÉBEN

T-11

Szabó Katalin *, Pikó Bettina **

* SZTE Neveléstudományi Doktori Iskola

** SZTE Magatartástudományi Intézet

Kulcsszavak: étkezési motivációk; serdülők; nemi különbségek

Az étkezési szokások vizsgálata számos kutatás központjában áll, mivel az egészségtelen táplálkozás súlyproblémákhoz vezet, illetve számos betegség okozója. Napjainkban fókuszba kerültek az étkezési motivációk is az étkezési magatartás befolyásolóiként és az új étkezési szokások kialakításának kulcstényezőiként. A serdülőkor minden szempontból egy kritikus életszakasz, mely során nagyon fontos a megfelelő egészségmagatartások elsajátítása. Ebben az életkorban a helyes táplálkozás kialakítása egyszerűbb a serdülők könnyebb befolyásolhatósága miatt, mint később. Jelen kutatásunk célja, hogy bemutassa a serdülők étkezési motivációinak egy lehetséges mérési módszerét, illetve feltárja a motivációkban feltételezhető nemi különbségeket. A vizsgálatot középiskolások körében ($N=374$, lány=52%; $M_{\text{életkor}}=16,4$ év, $SD=1,5$) végeztük. Az étkezési motivációkat az Étkezési Motiváció Kérdőív (Renner, Sproesser, Strobach & Schupp, 2012) segítségével tártuk fel. A kérdőív megbízhatónak bizonyult (Cronbach- $\alpha=0,90$). A kérdőív 45 állítást tartalmaz az „Azért eszem, amit eszek...” mondat befejezéseként, melyre egy hétfokú Likert-skálán kell válaszolni (1=soha – 7=mindig). Az állítások alapján 15 étkezési motivációt lehet elkülöníteni, melyek a faktoranalízis alapján társas és társadalmi normákhoz, élvezetekhez és külső hatásokhoz, valamint az egészséghöz kapcsolódnak. A nemi különbségek feltárásához kétmintás t-próbát alkalmaztunk. Eredményeink azt mutatják, hogy a serdülők körében a leggyakrabban előforduló étkezési motivációk a szükséglet (39%), a kedvelés (37%) és az öröm (20%). A fiúk és a lányok különböztek az egészségre való törekvés ($t_{(364)}=-2,63$, $p=0,009$), a látvány ($t_{(356)}=-1,99$, $p=0,046$), a súlykontroll ($t_{(360)}=-3,46$, $p=0,001$), az érzelemszabályozás miatti evés ($t_{(361)}=-3,32$, $p=0,001$) és a társadalmi megítélés ($t_{(364)}=2,88$, $p=0,004$) motivációi szempontjából. Míg az első négy a lányokra, az utóbbi a fiúkra jellemzőbb. Összefoglalóan megállapítjuk, hogy az egészségvédelem szempontjából fontos motivációk – az egészségre való törekvés, a súly ellenőrzése és a természetes ételek iránti igények – háttérbe szorulnak a serdülők körében. A lányokra jellemzőbb az egészségre való odafigyelés, ezzel ellentétben a fiúknak a társadalmi trendek és a róluk kialakult imázs a fontosabb. Vizsgálatunk alapján a serdülők étkezési motivációi megfelelően mérhetők, és feltérképezésük fontos a megfelelő táplálkozás elsajátítását elősegítő preventív edukációs programok fejlesztéséhez.